



**多良見
伊木力**

公民館だより8月号

(令和8年7月17日発行)

多良見公民館(43)0049・伊木力公民館(44)1002

公民館講座のご案内

〈子どもの講座〉

伊木力

子ども映画会

アニメ作品を上映します。

日時：8月7日(金) 9時半～11時半
場所：多良見多目的研修館
募集：小学生、幼児(保護者同伴) 70名
参加費：無料 *当日参加可

多良見

夏休み子ども講座 ラジオを作ろう！

電波についての学びのあとラジオをつくりま
す。チューニングして実際に聞いてみよう！

日時：8月18日(火) 10時～12時
場所：たらみ会館
講師：県電波適正利用推進員協議会
募集：小学4年生～6年生15名
参加費：無料 締切り：8月7日(金)

伊木力

英語であそぼう会

英語の読み聞かせと、英語の遊びを楽しもう！

日時：8月21日(金) 9時半～11時半
場所：多良見多目的研修館
講師：公民館職員
募集：小学生30名 参加費：無料
締切り：8月17日(月)

〈乳幼児・大人の講座〉

公民館×子育てサロンどーなっつくらぶ

多良見

親子のふれあい わらべうた

乳幼児親子の皆さん、遊びに来てね！

日時：7月30日(木) 10時～12時
場所：たらみ会館 募集：乳幼児親子
講師：田中洋子さん
前日までに公民館にお知らせください。

多良見

ダイエット初心者必見！ 痩せ習慣で健康貯筋^{ちよきん}

いくつになっても健康な体作り。自宅でできる
トレーニングを学びます。

日時：①8月18日(火) ②8月27日(木)
14時～16時 ①、②いずれか
場所：たらみ会館 募集：成人各20名
講師：中原 亮さん 参加費：無料
締切り：8月7日(金)

多良見

明生教室第3回 響け！諫早天満太鼓

子どもたちが打つ勇壮な太鼓の響きと、設立
35年の歩みを指導者に聞きます。

日時：8月25日(火) 10時～12時
場所：たらみ会館 募集：高齢者50名
講師：諫早天満太鼓
参加費：無料 締切り：8月17日(月)

いよいよ夏本番!! 熱中症にならないための予防ができていますか☑してみましよう。



☐ エアコン・扇風機を上手に使用している。 ☐ 部屋の温度・湿度を測っている。 ☐ 部屋の風通しを良くしている。 ☐ こまめに水分・塩分を補給している。 ☐ シャワーやタオルで体を冷やす。 ☐ 暑い時は無理をしない。 ☐ 外出時には日傘や帽子を利用する。 ☐ 緊急時・困ったときの連絡先を記入している。



6月の講座報告

6/16(火)

多良見公民館

指先から美しく

ハンドマッサージ

多くの申し込みをいただきました。抽選で選ばれた10名の受講者は手指の運動やほぐし方を教わったあと、一人ひとり講師からマッサージを受け、力加減などを教わりました。



6/21(日)

伊木力公民館

お父さんを笑顔にさせる

クッキング

子どもたちがタコスとじゃがちゃん作りに挑戦!野菜を洗ったり、生地と肉をフライパンで焼いたり、衣をつけたり...さまざまな工程に協力して取り組み、美味しくできあがりました。



6/23(火)

多良見公民館

明生教室①

あなたをねらうニセ電話詐欺

「自分は大丈夫」は危険。年々手口が巧妙になる特殊詐欺。受講者の皆さんはしっかり学ばれていらっしゃいました。おかしいと思ったら家族や消費生活センターに相談を!



伊木力地区のサークル紹介

伊木力出張所の隣の建物、多良見多目的研修館で活動している自主サークルを紹介します。

押し花会

毎月第1、第3火曜日の午後7時から10時まで、押し花による作品を作っています。和気あいあいとした会員5名のグループです。

多良見多目的研修館ロビーにて作品展示中です!ぜひ野の花の美しさをご鑑賞ください。



講座を開催します!

お申し込みは8/17(月)メ切
伊木力公民館Tel44-1002まで

押し花講座

色とりどりのきれいな押し花で
葉またはコースターを作ります。

日時: 8/23(日) 14時~16時
場所: 多良見多目的研修館
対象: 小学生以上どなたでも
材料費: 200円 定員10名程度
持参品: ピンセット (あれば)

QRコードからも
申込できます



多良見地域 夏まつり

喜々津夏まつり

8/7(金) 17:30~21:30

大草夏祭り

8/8(土) 17:00~21:30

伊木力・元釜夏まつり

8/13(木) 17:00~21:00

